こどもの国だより

戸田市立児童センター こどもの国

2024年（令和6年）5月号
2024年5月1日発行

ホームページは「戸田市こどもの国」で検索

―すべての子供たちの楽しい思い出の真ん中に　戸田市立児童センター こどもの国 がありますように―

脳科学者に学ぶ子育てのヒント

「しあわせ脳」に育てましょう

大ベストセラー『妻のトリセツ』の著者である黒川伊保子さんをご存知の方も多いでしょう。その彼女が、自身の子育てで実践したことを記した『子どもの脳の育て方（講談社）』を昨年12月に出版しました。そこで、今回は、脳科学者として活躍されている黒川さんの話から子育てのヒントを探してみましょう。

「自己充足に満ちた脳」にしよう

黒川さんは、著書の中で次のように語っています。「息子がどんな学校に行って、何になるのか、そんなこと目じゃなかった。今、想像できるエリートの道が、30年後あるいはもっと先に通用するとは思えなかったから。『人の言うことを聞く、いい子』である必要もないと思っていた。人の言うことを鵜呑みにして、褒められることを心の糧にして生きていくような優等生に、『自己充足』が訪れることがないのを知っていたから。」

では、黒川さんは、どのような子育てを実践されたのでしょう？　結論を言えば、脳神経信号を制御するホルモンが、出るべきときにうまく出るようにする、ホルモン分泌が適正に行われる生活習慣を『金のルール』として心がけながら、基本的に甘やかして育てたと言います。

「金のルール」とは、早寝、早起き、朝ごはん、適度な運動、そして読書である。

これは、文科省が平成18年に国民運動として推進したものであり、今では全国的な協議会もあります。脳科学的には、セロトニン、メラトニンという重要なホルモン分泌が時間や光刺激に影響されることや、眠っているうちに脳が進化するといった基本的なことから、コレステロールが脳の働きを助けることなどを踏まえると、金のルールはとても理に適っていると言えるようです。学習面や生活面で悩みをかかえていらっしゃる保護者の中からは、毎日できるこの『金のルール』を実践したことにより、驚くほどお子さんの姿が変わったという声がたくさん聞かれていると黒川さんは語っています。

AI時代に相応しい脳にしよう

AI時代は、すでに私たちの生活の中に訪れています。だから、私たち大人も含めて、AI時代を生き抜く脳を子どもたちに育てることも重要だと黒川さんは述べています。ここで大切なキーワードは「心理的安全性」。Googleは4年にも及ぶ社内調査を行い、効果の出せるチームとそうでないチームの差はたった一つ、「心理的安全性（Psychological safety）が確保できているか否かだ」と言い切りました。心理的安全性とは、「なんでもないことを無邪気にしゃべれる安心感」のこと。つまり、脳裏に浮かんだことを素直に口にしたとき、頭ごなしに否定したり、くだらないと決めつけたり、皮肉を言ったり、無視したりする人がチームにいないことです。2月号に掲載した大谷翔平選手のご家庭の子育てと同じであることに気付いた方も多いでしょう。

心理的安全性が確保されれば、生成AIを使いこなすための必須のスキルである「気づきと発想力と対話力」がどんどん育まれます。生成AIは、つまらない質問にはつまらない回答を出し、個性的な質問には思いもよらない回答を出します。すべては質問者の気づきや発想力、センス次第。そのためには、「なんで？」「どうして？」という質問ができることが大事なのです。どうやら、成果や責任で追いつめて叱って躾（しつ）ける20世紀の子育て法は、21世紀には通用しないようですね。

（統括館長／子育て相談責任者　　堀内　俊吾）

４月のこどもの国の思い出

入園・入学・進級おめでとう！

新年度が始まった４月１日（月）、子どもたちの入園・入学・進級をお祝いして、ささやかなプレゼントを配布しました。ヨチヨチ歩きの子も「ありがとうございまちゅ」と言って、ニコニコして受け取ってくれました。中には「ぼく、２年生に進級できたかどうか、まだわからないですけど・・・」と受け取りを躊躇する子もいて、スタッフ一同大笑い。「あなたは、いつも元気に明るく活動しているから絶対進級できたよ」と話すと、顔をパッと明るくしてプレゼントを受け取ってくれました。こどもの国は、１日中おめでたい空気に包まれました。

ボールであそぼう

13 日(月)と 20 日(月)の子育て支援事業「ボールであそぼう」は、子供用バスケットゴールを用意し、皆が一生懸命にシュートしていました。

新しいおもちゃやベッドを導入しました

今まで以上に楽しい時間を過ごしていただけるよう、バージョンアップしたおもちゃ等を導入しました。

やわらかい　はいはいマット

眠くなったお子様はこちらへ

BIG サイズのやわらかブロック

おままごとシリーズ（野菜と果物）

くまさんのお弁当シリーズ

児童センター・保育園・学童　合同
来館者と共に避難訓練を実施
―より安全・安心な施設を目指して―

整然と避難

短時間で避難終了

統括館長の話

消防署員の講話

去る３月２１日（木）、火災発生を想定しての避難訓練を実施しました。当日は、来館していた約 170 名の児童と保護者、そして保育園や学童にも参加していただき、職員の「あわてないで、こちらから避難してください」という誘導に従って、真剣かつスムーズに避難が行われました。堀内統括館長は「ここにいるお一人お一人が、自分と周りの人の命を守るための行動がしっかりとでき、驚くとともに嬉しく思います。」と感謝の気持ちを伝えました。また、戸田消防署東分署の皆様からは「とても素晴らしい避難訓練でした。万が一の時も『おかしもち』をしっかりと守って避難してください」という講話を頂戴しました。訓練後、野澤雅茂市議会議員からは「多くの人に参加していただき、とても素晴らしい取り組みでした。こういう地道な訓練がとても大切ですね」との講評を頂戴しました。

5月の予定

日	曜日	場所	講座・イベント名	対象	時間	内容・その他/持ち物	申し込み方法
1	水	館内	おりがみであそぼう	全児童	9:00～夕焼けチャイム	おりがみであそぼう♪ 今日のおりがみはなぁに？	当日受付
		多目的室1	産後ヨガ教室	産後2か月～産後1年未満(11か月)の産婦	10:00～11:30	女性の身体の変化によるストレスや、身体的負担等に効果的な運動方法について学べます♪	●事前受付：詳細は保健センターへ直接お問い合わせください
2	木						
3	金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
4	土						
5	日	こどもの国まつり					
6	月	軽体育室	ボールであそぼう	未就学児と保護者　各回6組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
7	火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者　各回12組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ遊具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
		多目的室2	ピヨコッコぷち	未就学児と保護者　各回6組	①10:00～10:25 ②11:00～11:25	制作・歌・手遊びなど 親子でいっしょに楽しみましょう♪	当日受付
8	水	館内	おりがみであそぼう	全児童	9:00～夕焼けチャイム	おりがみであそぼう♪ 今日のおりがみはなぁに？	当日受付
		多目的室1	産婦骨盤ケア教室	産後2か月～産後1年未満(11か月)の産婦	10:00～11:30	産婦における運動や腰痛に対する知識と腰痛予防等に効果的な運動方法について学べます♪	●事前受付：詳細は保健センターへ直接お問い合わせください
9	木	図書コーナー	親と子の楽しい絵本の会	未就学児と保護者	11:00～	親子で楽しむ読みきかせ 手あそびもあるよ♪	不要
10	金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
11	土	多目的室1	オリジナルカレンダーをつくろう	全児童(未就学児は保護者同伴) 各回先着12組	①10:30～ ②15:30～	季節をテーマにした、わたし・ぼくの オリジナルカレンダーをつくりましょう♪	当日受付
12	日	多目的室1	母の日制作	全児童(未就学児は保護者同伴)	①10:15～ ②13:45～	お母さんに「ありがとう💗」の気持ちを伝えよう♪	当日受付
13	月	軽体育室	ボールであそぼう (バスケットゴールの日)	未就学児と保護者　各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
14	火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者　各回12組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ遊具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
		多目的室2	ピヨコッコぷち	未就学児と保護者　各回6組	①10:00～10:25 ②11:00～11:25	制作・歌・手遊びなど 親子でいっしょに楽しみましょう♪	当日受付
15	水	休　館　日					
16	木	こどもの国 公園広場	戸田遊び場・遊ぼう会 ちびっこぼうけんひろば	未就学児と保護者	10:00～11:30	こどもの国公園広場で、みんないっしょに 外遊び♪　持ち物/着替え・飲み物	当日受付 (※雨天中止)
17	金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
		軽体育室	体操の先生とあそぼう	未就学児と保護者 24組	9:30～10:30	パワー全開！で楽しむ運動あそび 親子体操などのふれあいタイムもあります♪	当日受付
18	土	多目的室1	ラキューであそぼう	小学生(未就学児年長は保護者同伴で可) 先着5名	15:00～16:30	ラキューを使って作ってみよう！ 今月のテーマはなぁに？	当日受付
		軽体育室	中・高生スポーツ大会	中・高生	17:30～19:00	今月のこどもの国チャンピオンは誰だ！？	当日受付
19	日	多目的室1	科学工作	全児童(未就学児は保護者同伴) 先着6組	15:00～15:40	「なきごえをだす？ おもちゃをつくろう🐶」	当日受付
20	月	軽体育室	ボールであそぼう (バスケットゴールの日)	未就学児と保護者　各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
21	火	軽体育室	のりものであそぼう	未就学児と保護者　各回12組	9:00～11:20(20分交替制)	足こぎ遊具を使い体を動かして 思いきりあそびましょう♪	当日受付
		多目的室2	ピヨコッコぷち	未就学児と保護者　各回6組	①10:00～10:25 ②11:00～11:25	制作・歌・手遊びなど 親子でいっしょに楽しみましょう♪	当日受付
22	水	館内	おりがみであそぼう	全児童	9:00～夕焼けチャイム	おりがみであそぼう♪ 今日のおりがみはなぁに？	当日受付
		多目的室1	ベビーマッサージ教室	産後2か月～産後1歳未満(11か月)の お母さんと赤ちゃん	10:00～11:30	ベビーマッサージの知識とアタッチメントの 形成に効果的な方法を学びましょう♪	●事前受付：詳細は保健センターへ直接お問い合わせください
23	木	図書コーナー	親と子の楽しい絵本の会	未就学児と保護者	11:00～	親子で楽しむ読みきかせ 手あそびもあるよ♪	不要
24	金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付
25	土	軽体育室	ポンダンス	ちびっこクラス　年少～年長と保護者　15組 ジュニアクラス　小学生　15組	9:30～10:15 10:30～11:15	ポンポンを使ってチアダンスを楽しみましょう♪ 持ち物/室内履き・飲み物・動きやすい服装	当日受付
		多目的室1	囲碁・将棋・ゲームであそぼう	小学生以上　8名	13:00～14:20	囲碁・将棋・ゲーム遊びに挑戦！ 講師の先生と対決もできます！	当日受付
26	日	多目的室1	おりがみタイム	全児童(未就学児は保護者同伴) 各回5名	①10:30～ ②15:30～	季節のおりがみ作品を一緒に作りましょう♪	当日受付
27	月	軽体育室	ボールであそぼう (バスケットゴールの日)	未就学児と保護者　各回12組	9:00～14:30(20分交替制)	キャラクターボールなどで 思いきり体をつかってあそびましょう♪	当日受付
		多目的室2	おたんじょうび会	5月生まれの未就学児と保護者　各回5組	①10:00～ ②11:00～	親子でお誕生日のお祝いをしましょう♪ フォトコーナーで記念撮影もできます	●5/15(水)まで当館受付
		多目的ホール	すくすくサポート	未就学児と保護者	10:00～	お子さんの身長、体重の計測と 子育て相談がお気軽にできます	当日受付
28	火	図書コーナー	親と子の楽しい絵本の会	未就学児と保護者	11:00～	親子で楽しむ読みきかせ 手あそびもあるよ♪	不要
		多目的室2	ピヨコッコぷち	未就学児と保護者　各回6組	①10:00～10:25 ②11:00～11:25	制作・歌・手遊びなど 親子でいっしょに楽しみましょう♪	当日受付
29	水	館内	おりがみであそぼう	全児童	9:00～夕焼けチャイム	おりがみであそぼう♪ 今日のおりがみはなぁに？	当日受付
		多目的室1	産婦骨盤ケア教室	産後2か月～産後1年未満(11か月)の産婦	10:00～11:30	産婦における運動や腰痛に対する知識と腰痛予防等に効果的な運動方法について学べます♪	●事前受付：詳細は保健センターへ直接お問い合わせください
30	木						
31	金	多目的ホール	よくみてかんがえて	未就学児と保護者	9:00～14:30	手先を使った知育あそびになります♪	当日受付

講座紹介

LaQ（ラキュー）であそぼう

根強いファンがいる「LaQ」。LaQ とは、遊んで学ぶ日本製のパズルブロックです。月２回、職員が講師となり、テーマにそって制作していきます。子どもの集中力はすごく、想像力や表現力、色彩感覚などが自然と身に付いていくのがわかります。出来上がった作品は受付のケースに２週間飾っておきます。皆さんも、ぜひ挑戦してみませんか。

施設紹介

恐竜１　アロサウルス

正門を入って、右側から皆さんお迎えするのは、恐竜の「アロサウルス」です。この子は、体長6m、高さは4mほどで、ジュラ紀を代表する肉食恐竜です。敷地内には、他にも４体の恐竜がおり、こどもの国の象徴となっています。来館の際は、ぜひ一緒に写真を撮ってくださいね。

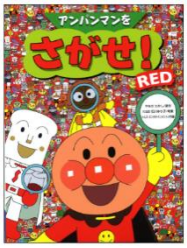
新たな一歩　～来館者と職員との心の交流～

ブカブカの制服を身にまとって可笑しく見えていた中学１年生が、１か月もすると、すっかり制服が似合うようになってきました。もちろん、体も大きくなってきたのでしょうが、中学校という新たな学びの場が彼ら・彼女らの心も大きく成長させたように思います。

こどもの国も、来館者数が増加していることを受け、更なる充実を目指して、４月に新たな職員を３名採用し、現在は 17 名で対応しております。４月当初はぎこちなさが感じられた新採用職員も、今ではしっかりと対応できるようになってまいりました。その理由を尋ねると、「来館者の皆様から『「こんにちは』『ありがとうございます』『さようなら』という元気な挨拶と、とびっきりの笑顔をもらっているから」と答えてくれました。来館者の皆様が私たち職員を育ててくださっていることに、改めて感謝と喜びを感じました。これからも、来館者の皆様と全職員とで素敵な時間と空間を創造してまいりたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

図書コーナー　本の紹介

今回ご紹介するのは、３月に新たに購入した、大人気シリーズのレベルアップ版！「アンパンマンをさがせ RED／GREEN／BLUE（やなせたかし原作／フレーベル館刊）」です。キャラクターがいっぱいの探しものページはもちろん、まちがい探しもあります。ご家族やお友だちなど、皆さんで楽しんでほしい一冊です。



ご利用者の声

○ おままごとが新しくなり、子どもは大喜びしています。特に、野菜や果物がマグネット式になって、本物みたいになったので、親も「すごーい」と言って楽しんでいます。

こども　お悩み相談

子育てや勉強・友達関係などで悩んでいる皆さん、解決に向けて一緒に歩み出してみませんか？

まずは、メール(匿名可)でお気軽にご相談ください。秘密は守ります。info@toda-kodomonokuni.jp

こどもの国を LINE のお友達に登録してみませんか！

お友だちが、ついに3000名を超えました。毎週金曜日には、生活に役立つ情報、次週の講座やイベントの予定等を配信しています。また、重要なお知らせなどもタイムリーにお届けしています。ぜひ、下の QR コードからお友だち登録をしてみませんか。

戸田市立児童センター こどもの国

〒335-0023　埼玉県戸田市本町 1-17-7
TEL：048-443-2387　　E-mail：info@toda-kodomonokuni.jp
■開館時間／午前９時00分～午後９時00分
■休館日／第３水曜日（祝日の場合は開館）　　年末年始（12/31～1／3）
■発行者／社会福祉法人 さきたま会　　理事長　竹下　成子